

法尊法師編著

藏文讀本初稿

陳銘樞署

EASTASIA
SPECIAL
COLL
PL
3611
.T53
D2636
1940
v.8

EastAsia

PL

3611

T53

D2636

1940

V. 8

Spec.



南邊天空裏 有一隻大蜻蜒 呀 不是 是一架飛機 飛
到我們村上來了 他越飛越低 連漆在翅膀上的國徽
青天白日也看得清楚了 看看要落到地面了 他忽然把
頭一擡 把尾巴一沉 又飛上去了 他慢慢的向東飛着 飛
着 忽然身子一側 轉了一個灣 又飛了回來 在空中打了幾個筋
斗 哈 好本領 他終於向西南飛去了 穿過了一朵紅雲
看不見影子了 遠遠的還聽得到軋軋的聲音

坐飛機

二

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥

[illegible]

གདམས་ཀྱི་འོད་དུ་གྱུགས། ངས་ཨ་ཁུའི་ཕ་མ་མ་ལ་བསྟན། ཟུང་ཟད་པ་གདམས་ཀྱི་སྒྲུབ་བྱེད།

ཀྱི་ཁོ་ལོ་ལྟ་བུ་སྐྱུག་ཅིང་། ལུལ་ལྟེན་ཀྱི་ཁོ་ལོ་ལྟ་བུ་མཁུག་ས་པར་བསྐྱོར་སྟེ། རྒྱུ་

[illegible]

ནགས་ཚེས་གྲང་གྲིག་གི་པར་དུ་ཁང་པ་མང་པོར་ཚོུད་སྤྱད་གྲི་ཁང་པ་ལྟ་བུ་ཏུ་ཅང་ཅུང་པར་མོད།

གྲོང་ཁྱེར་གྱི་ལམ་སྤང་ཉའང་ན་པའི་རྒྱུ་ཡིན། སྤང་ལམ་གྱི་རིང་བྱེད་པའི་མི་འབྲུག་གི་མ་རྒྱུ་ལ་རྒྱལ་པ་

ལྷ་བྱེད་ཀྱི། གནས་གྲུ་བར་སྒྲོང་དུ་སྐྱོད་པ་ཁམས་འགྲོ་དུས་སྤྱི་ཡོད་པ་མཉམ་པ་ཆེན་པོར་བསྟུ་

བཤེད་མཁན་དེ་ཨ་མ་ཡིན།

鄰家伯伯 說帶我去坐飛機 我向媽媽請求 他立刻就
答應了 並且和我們一同到了飛機場 伯伯抱着我進了飛機的艙
裏 我就坐在他的膝上一會兒 飛機的發動機 開始軋軋的
響 推進機也很快很快的轉動起來了 飛機漸漸的離開了
地面 連媽媽和看熱鬧的人 都看不見了 向下一望 只見一排
排的樹林 夾着些屋子 小得像我們的玩具一樣 城市的街道
小得好像捕魚網 街上往來的人 也小得像螞蟻 在網上蠕
動 飛機在天空裏 繞了幾個圈子 才降落地面 第一個跑過來
迎接我的 就是我的媽媽

三

電

དེའི་མིང་སྟོན་ག་ཟེར། ང་རང་པའི་ན་དྲག་པོ་ཡིན། སྐབས་འགར་ཁྱིམ་ནས་པར་སྤང་ལ་སྐད་
 པ་ཀྱང་ན་གནམ་དང་སའང་ག་ཡོ། མིང་སྟོན་སྐད་པས་ད། ཁང་པ་དང་ཤིང་ཡང་པ་སྟེགས།
 དེ་པས་ན་མི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ང་ལ་དྲག་པོ་ཞིག་ཅིས་པ་ཡིན། ཨ་མེད་ཁའི་ཡུལ་དུ་སྤྱུ་ལན་ཁེ་ལིན།
 ཞེས་པ་ཞིག་གིས་ང་འོ་ཤེས་ཏེ་ང་ལས་ཀ་ཕྱེད་དུ་སྔ་པར་ཤེས། ལན་ཅིག་ཁོ་སྤྱོད་ཞིག་ཕྱིས་ནས་
 པར་སྤང་ལ་བཏང་བས་ང་རང་བཟུང་ནས་བུམ་པ་ཞིག་ཏུ་བཅུག། དེ་ནས་མི་ཐམས་ཐམས་སྤྱོད་ཀྱིས་
 སྐད་སྔ་ང་ལས་ཀ་ཕྱེད་འདུག། ང་ཡང་གྲོ་མི་བཟང་པོ་ཞིག་ཀྱང་པ་རེད། ཀའི་གསལ་དང་།
 པ་ཟོ་ཁང་གི་འཕྱུལ་ལ་ཁོ་རང་ཆེན་མོས་ཀྱང་འདེད་ཀྱིས་སྐོར་ནས་ལོ་ཕྱེད་སྤྱོད་ཀྱིས་གྲུབ། མི་ཐམས་
 ཀྱི་འཕྱིན་ཡིག་དང་སྐད་ཆ་འང་ངས་བཏང་བུམ། ཤིང་རྩ་ཡང་འགྲོ་འདུག་ཁྱེ་མང་ཡང་སྤྱུ་རུ་ས།
 ཀ་ཁ་བྱིས་ན་པ་པ་ན་ཐམས་ཕྱེད་འདུག་པ་ཡང་ཡོད། མདོར་ན། དེའི་ལས་དོན་མང་ཞིང་མི་
 རྒྱུ་སྔ་ལ་པ་པ་ཆེན་པོ་ཡོད།

我的名字叫電 我生性很暴烈 有時在空中發起怒來會
發出驚天動地的聲音 甚至打死人和牲口 燒燬房屋和樹
木 所以人們都把我當兇神看待 只有美國的富蘭克林認
識我 他知道我會做工 有一次他做了一個風箏 放到空中
把我捉住了 裝在一個瓶子裏 自此以後人們便想出種種方
法來 使我做工 於是我便成了一個好工人 你瞧 我在工廠
裏 能夠把很笨重的機器推動 製造出種種物品來 我又能
夠替人們帶信 傳話 又能夠使車輛走動 又能夠使燈上發
出光來 還有人利用了我去治病 我的工作很多 我對於人類
有很大的利益

四

ཅམགག་ཡང་དུང་པ་ཞིག་ག་པ་དུང་པ་མི་ཆོ།

ཡལ་ཆེད་མི་རྒྱལ་སའི་དཀྱིལ་།

དཔེན་ཅིང་གི་མི་གཉིས་ཀྱིས་དེ་ལོ་ཞིག་མཐོང་སྐད་སྐད་།

འཕགས་པའི་རྒྱལ་བོ་དང་ཡུལ་མཁན་ཀླུ་པ་ཆེན་པོ་ཆོས་ཀྱི་ཐུགས་

ཁང་ཁྱིམ་དང་ཐག་ཉེ་སར་སྤྱོད་ས་པ་ན།

ཁམས་ལོ་མེད་ཀྱི་ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་ལྷན་ཁྲིམས་

ཐུང་ཅད་ཅམ་ལ་ཅལ་གཞེན་པ་ཞིག་རང་ཉིད་གྱིས་ཡོང་བ་མཐོང་ནས་ཏུ་ཅང་འཇིགས་ཤིང་ཐམས་ཅད་

ཀྱིས་སྤྱོད་པ་ལ་འགྲུབ་པ་འདི་ནི་དཔྱད་པ་

སྒྲིང་ཆུང་བར་གཤམ་གྱིས་ཉལ་བྱིའོ་ཤོད་ཀྱི་བློ་བྱེད་པ་

ནུས་དབྱུགས་ཀྱང་བཏང་མི་མེད།

འཕྲིན་ཆ་རྒྱུ་ཆེན་མཁས་ཅན་གྱི་ཆུ་ལུ་ལེ་ལེ་ཐོབ་སྟེ།

ཐུགས་ཀྱི་ཕྱི་ལོ།

དཀའ་དྲུག་ལྟེ་གཤེད་ཡིན།

सुखमेवम्

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय

凡有一件東西發明 往往使大眾吃驚 從前有兩個
英國人 合力製成了一輛火車 那輛火車 第一天開出來
的時候 開到一個稅務局附近 局裏的人 先聽到轟隆
轟隆的聲音 已經着慌了 一會兒 又看見一個極大的東
西 自動的直奔過來 更着慌了 大家都拼命往屋裏逃
有幾個膽小的 竟躲到床底下去 連氣都不敢出 直等那
車開走了 才一個個慢慢出來 有的人說 那是個甚麼妖魔
口裏會噴火 真厲害啊

སྤྱི་ཅིང་དབང་ཞེས་གསེར་རྒྱལ་པོ་ཞིག་འཛིན་པ་རྒྱུ་ཅིང་འཛིན་པ་ཞིག་

པའི་སྤྱི་ཅིག་འཛིན་པ་སྤྱི་ཅིག་འཛིན་པ་པའི་སྤྱི་ཅིག་འཛིན་པ་པའི་སྤྱི་ཅིག་འཛིན་པ་

གནང་གི་ཡིན་ཞེས་པའི་དྲིལ་བ་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་

མཐུན་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་པའི་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་

ནས་ཡིད་པ་རེད། སྤྱི་ཅིག་པའི་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་

དབང་ཞེས་པའི་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་

པའི་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་

འདི་ཅི་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་

སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་

རེད། ཅིང་དབང་ཞེས་པའི་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་ཅིག་

從前荆王很怕死 他想徵求一種吃了不會死的藥 便下了命令 有獻不死藥的 一定重重有賞 這命令下了沒有幾天 就有人來獻不死藥 不料 守宮門的衛士 不但不給他通報 並且搶過藥來 一口就吞下去 獻藥的惱了 便闖進宮去報告 荆王 荆王大怒 立刻叫人把那衛士綁起來 要殺死他 衛士一點不怕 笑着說 大王 你好不明白 這藥吃了真的不會死 那麼你就殺不死我 不然 就是那獻藥的人欺騙你 簡直把大王當傻子看了 怎麼你不殺他 反要殺我呢 荆王這才覺悟 再也不想吃不死藥了

[illegible]

ལོན་པེ། བྱིས་མ་ཡང་བརྒྱུད་པེ་འཇུག་པེ་ཆེ་གི་མཉུག

ཨ། རོ་བོ་དྲིན། དངས་དྲན་པ་རེད། གཟུགས་ལོ་འཁོར་ཆོས་ཀྱི་སྒྲུབ་སྐབས་ལྷོ་ཕྱོད་ལྷོ་ཕྱོད་

བཀྲའ་ཕྱིན་པ་རྒྱུ་མཐོན་པ་ལ་ཁ་རྩ་ཅད་སྒྲུབ་པ་སྤྱི་ཤིང་གྲིས་ཀྱི་ཁྱུ་ལ་ཕོད་ཀྱི་ལོ་ལ་གང་ལྟར་བ་ཤིང་།

དེ་ནི་བསྐྱེད་པའི་རྒྱ་ཡིན་པ་འདྲ། སྒྲུབ་པ་མ་བཟུམ་པ་རེད་པ་སྟ། ཁོང་གི་རྒྱ་སྐྱེད་པའི་འདྲ་གྲུབ་

གལ་ཏེ་སྤྲུལ་པ་དང་སྤྲུལ་གྱོས་ཏེ་ཆུ་མཚན་དེ་སྤྲུལ་པ་ལ་ངེས་པར་དག་སྤྲུང་དགོས་པ་རེད། ཉེ་མའདྲིན།

ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རིན་པོ་མཉམ་པ་ཅད་རྒྱུ་ལྟར་ཡིན། མཉམ་པ་ཅད་ཀྱི་སྒྲིམ་ཁྱེད་ལྟར་ཡིན།

གུར་ཡེ་ཤ་ཤེན་ཅེར། ལུ་མེ་ཆེ་ཤེན་ཅེར་ཆེ་ཤེན་ཅེར།

蘭英學姐

幾天不見你來上課了 很是想念 昨天在公園裏遇見令弟
聽說你害病了 蘭英 我始終不大相信 像你這樣好的體格
竟會病倒的 啊 蘭英 我想起來了 上星期六 我們在運動
場上踢球回來 都覺着口渴得很 你啗了一碗冷水便渴 也許
這就是生病的原因罷 醫生瞧過了嗎 他怎麼樣說 我想如果
有覆診的必要 你總得將這原因告訴醫生 這幾天學校裏一
切都照舊 大家都希望你早些恢復健康 到學校裏來

學妹

彩文

三月五日

ལེན་དཔྱིན་གྱིས་ཆོས་ལེན་གྱི་རྒྱུད་གོ་ནས་མུ་རུ་བར་ནང་དུ་འཕོད། བོ་ཆོ་ཕྱག་ས་ཅིག་དུ་ཆོས་ལེན་

31 རྒྱལ་མཚན་འཕེལ་བའི་ཆུ་མཁའ་ལྟ་བུ་པལྟ་བུ་

過了幾天 彩文接到這樣的一張便條

彩文學姐 我的病漸漸的好了 昨天已經起床 不過醫生說還得調養幾天 一個人悶在家裏寂寞得很 得便請來談談妹蘭英上

彩文讀過了這便條 對母親說 媽媽 我要到蘭英姐姐家裏去 母親允許了 蘭英喜歡吃橘子 喜歡聽故事 彩文就帶了幾個橘子和一本故事書 到蘭英家裏去 先看見蘭英的母親說 伯母聽說蘭英姐姐的病好了我真快樂 他說 多謝多謝 你還帶了橘子來 太費事啦 蘭英聽到彩文的聲音 忙喊他進去 他們一邊吃橘子 一邊講故事

ཕུན་ཕུན་པེད་ལ་མཇེར་བ་ཤེས་ཤིག་ཡིད། དེ་ནང་ཚབས་ཆེན་པོ་བྱུང། ཕུན་པེད་གོ་ནས་དེར་

བསྐྱབས་སོང། དེ་འི་ཆེ་ཡལ་དེར་ཇག་པ་ཡོང་གི་ཡིད་ཟེད། ཡལ་མི་པལ་ཆེར་བྱོས་ཆར་བ་རེད།

བཤེས་གཉེན་དེ་ཕུན་པེད་ལ་སྒྲུས་པ། ང་ནད་པ་ཡིན་པ་ལ་གྲོ་མི་བྱུང་། དེ་འི་སྤྱོད་པ་ལ་འཇེས་མེད།

ཁྱེད་ཐག་དེ་དེ་པོ་ནས་ང་བསྐྱབས་ཡོང་བ་ལ་འཇིགས་སུ་འགྲོ་དག་ཀྱང་འུང། ལྷུང་ལྷུང་ཕྱིར་འོག་འོག་ས་

གནང་ཟེད། ཕུན་པེད་མཇེར་བ་ཤེས་ཀྱི་ནད་གཡོག་ཁྱེད་པར་ཐག་ཆད་ནས་སྒྲུས་པ། ཁྱེད་བསྐྱབས་

གཞི་འདི་འདྲ་ཆེ་བ་ལ་ཁྱེད་གཞི་གསུམ་ཐག་ནས་ང་གོ་གཤམ་པོ་དག་སུང། ཇེས་སུ་ཇག་པ་དོ་མེད་པ་

རེད། ཕུན་པེད་ཀྱིས་འཇིགས་སྒྲུག་མེད་པར་བྱིས་ཀྱི་ནད་པ་བསྐྱབས་ནས་ཇག་པ་ལ་སྒྲུས་པ། ཁོང་

པོ་འཇེར་བ་ཤེས་ཡིན། ནད་ཚབས་ཆེན་པོ་འདྲུག་ ཁོང་གི་ནད་གཡོག་ཁྱེད་པའི་ཆེད་དུ་ང་ཐག་དེར་

པོ་ནས་འཇེར་བ་ཡིན་པ་ལ་དེར་སྤྱོད་པ་ཡིན། ཁྱེད་རྒྱམས་ཀྱིས་ནད་པ་ལ་མ་གནོད་པ། གཞན་ཐམས་

ཅད་ཁྱེད་ཆོའི་བཀའ་བཞིན་དུ་སྒྲུག་ཆོག་གསུང། ཇག་པ་རྒྱམས་ཀྱི་སྤྱི་དེ་ནས་ཁོང་ཆོའི་བཀའ་བཞིན་དུ་བཀའ་

荀巨伯有一個知己朋友 病的很利害 巨伯得了消息
就去看望他 這時候恰巧那地方有土匪 地方上的人差不多都
跑光了 朋友對巨伯說 我病在牀上要走也不能夠 只得留在這裏
你遠道來看望我 怎麼好累你受驚 還是快些回去罷 巨伯卻打定
主意 要看護朋友 他說 你病到這個樣子 我怎麼能夠忍心丟你
一個人在這裏 後來 土匪果然來了 巨伯毫不驚慌 指着牀上的
病人對土匪說 他是我的朋友 正害着重病 我特地從遠道來看護
他 所以也留在這裏 請你們不要驚動病人 其餘一切 我願意
聽憑你們吩咐 土匪聽了大為感動 並沒有難為他們

གྲོགས་ཆུང་ཆུང་སྒྲིག་ཞེད་ཀྱི་རྒྱུ་ལས། འཇིག་རྟེན་འདིར་སྒྲིག་ལས་འཇིགས་སྒྲུབ་པ་ཡིད་པ་

ཤེས་སམ། དེ་སྒྲིག་ལས་ཀྱང་འདྲ་ཡིན། དེ་ཀྱི་མིང་ལ་སྒྲོ་ལཱ་འོས་ཆ་ཟེར། དུས་ཆུབ་

དུས་ཆུབ་ཅན་གྱི་སྒྲོ་བར་སྒྲོ། འོ་ལྟ་པ་འདྲོད་པའི་ཆོ། དེ་ལྟ་པ་དང་མཉམ་དུ་ཕྱིར་ལྟ་

ཅོད་མའོ། ལྟ་པ་སྐད་འདྲོད་པ་དེ་ཀྱང་སྐད་ལ་ཉལ། ལྟ་པ་དེ་མི་གྲིས་སྐྱེས་ཆས་སྒྲོ་བར་དུ་

ལྟ་པ་སྐད་འདྲོད་པ་དེ་ཀྱང་སྐད་ལ་ཉལ་བར་སྐད་འདྲོད་པ་ཟེར། གཤམ་ཏེ་ལམ་གྱི་མུ་དུ་

མིག་ཆོན་པ་ཞིག་དང་ཕྱག་ཆོན་པ་ཞིག་ལ་སྒྲོ་བར་ཞིག་སྒྲིས་སྐྱེས་ཆས་མིག་ཆོན་པ་དེ་ཡང་སྒྲོ་བར་འགོ་སྐྱོན་སྐྱོན་

ཏྲག་པར་སྒྲོ་ལུ་ཐེད། ཅི་ཆོན་པ་ཞིག་དུ་ལྟ་པ་ཟེར་བ་ཞིག་སྐྱོན་པ་ཞིག་ལ་སྒྲོ་བར་ཞིག་སྒྲིས་སྐྱེས་ཆས་

པ་མི་ཆུང་སྒྲིག་པ་དེ་སྐད་ལ་ཉལ་བ་ཟེར། དེ་ཀྱི་སྒྲོ་བ་ཞིག་ལ་སྐད་པ་སྐད་པ་ཞིག་ལ་ཉལ། དེ་

སྒྲིག་ལས་ཀྱང་འཇིགས་སྒྲུབ་པ་ཡིད་པ་ཡིན།

小朋友們怕老虎嗎 你們不知道世界上還有比老虎更兇的呢 我比老虎還厲害 我名叫肺癆病菌 我平常住在肺癆病人的肺裏 有時候他要吐痰 我便跟着他的痰出來玩 痰吐在地上 我就跟着他躺在地上 痰漸漸的乾燥了 忽然一陣風吹來 我就跟着灰塵在空中飛 假如半路上碰到一個青年 我就從他嘴裏鑽進他的肺裏去 後來這個青年人 也就傳染了肺癆病 他終日咳嗽 身體一天天的瘦弱下去 他的生命就很危險 老虎吃人 大家都看得見 我暗暗的把人害死 卻沒有人知道 我不是比老虎更兇嗎

十

大掃除

ཆར་པ་ཡུན་རིང་པོ་བཟུངས་པའི་རྗེས་སུ་འདི་འདྲའི་གནས་ཡག་སེམས་དྲུང་སེམས་ལ་འཁྱུག་མི་རུང་། རེད་

ཆོས་ལུགས་བདེ་ཆེས་ཆེར་བྱེད་དགོས། ཡུངས་ཡར་བྱིས། གོས་མཐུན་ཡར་བསྐྱུས་ནས་ལས་ག

ཟེང་། སྒོ་དང་སྐྱུ་རུང་རེ་རེ་ནས་ཕྱེ། གསེར་མདོག་ཅན་གྱི་ཉི་མའི་འོད་ཟེམ་པར་པའི་ནང་ལ་ལམ་

སངས་བྱུང་སྟེང་། དཀར་ཡོལ་གྱི་བྱ་གཏེན་ཞིག་འདི་རུ་སྒྲོ། རྩི་དྲི་སྒོ་དང་སངས་ཀྱི་དགོས།

བྱ་སྒྲོའི་རྩལ་འཕྲུག་ས་བཟུང་ནས་སྐྱུ་རུང་གི་སྒོ་དང་དཔེ་བློ་དང་ཅན་ཅོད་དང་ལའང་ག་པའི་བྱི་དྲུང་བྱི་རྩལ་

ཡོལ་ཅན་སྟོགས་ཐམས་ཅད་ལེགས་པར་འཕྲུག། ཇམ་པོ། ཐལ་བམང་པོའི་འདྲའདྲུག། རྩི་

གཟིགས་དང་། ཉི་མའི་འོད་དུ་སྐྱུ་ལེ་ལྷུ་ར་བའུ་གསལ་སྒྲིག་ས་བདེ་འདྲ།

久雨之後 這樣的晴天 可不能錯過 讓我來

舉行一次大掃除罷 把袖子捲起來 把衣襟撩起來 就動

手 門和窗 一扇一扇都打開 黃金色的太陽光 立刻晒滿

了一屋子 瓷娃娃 你暫時搬在這裏罷 我要把你的住所

拂拭一下 拿雞毛帚子來 窗門上 書架上 桌子上 茶几

上 椅子上 都得好好拂拭一遍 呀 灰塵竟這麼多了

你看在太陽光裏濛濛的飛着 好像煙霧一般

練習

荀巨伯去看朋友的病 恰巧遇見關土匪 別人都逃走了
唯獨他 不忍丟下朋友逃走 這是多麼勇敢啊

蘭英害了病 好幾天沒有上學了 彩文聽見了 趕快就寫信
去問候 蘭英接到了彩文的信 心裏非常高興 病也好像
減輕了一大半

過了幾天 蘭英又寫信去請彩文來耍 談談話 講些故事
解除了病人的煩悶

巍巍高山頂

淨智所變現

藥草香遍馥

茂密諸林木

沅泉聲淙淙

說法聲遍布

秋空離煙障

日光普照耀

善逝加持處

聖者曼荼羅

三時花如幄

追念師長身

眾鳥音和雅

追念師長語

白雲任舒展

追念師智悲

十二

静處讚二

藏文讀本

第八册

གངམ་ཐུགས་མཛེ་ཆེ་མཛེ་ལས། །སྒྲིབ་པ་ཆོས་ལ་ཕྱག་ལེན་པས། །སྒྲིབ་པ་དྲན་པ་ལས་ལྷན་པ་
པའི་ཆུལ། །ལུང་མེ་ལྷ་པ་ཞིན་པ་ཆེད་པར་བྱ། །ལུང་མེ་མས་ཁྱིམ་པ་གང་ཞིག་གིས། །གང་གའི་
ལྷ་པོ་ཤེས་པ་ཤི། །པད་པ་ཤིག་པ་དགོང་དུ་ལྷ་པོ་ལས་པ་ཅས་ལ། །གང་གའི་ཤེས་པ་སྒྲིབ་པ་པའི་ལས་
པ་དེ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་ལས་པས། །ལས་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་ལས་པ་ཞིག་གིས། །དཔེ་ལས་ལས་པ་དོན་ཅིང་།
དགོན་པའི་ལོགས། །ཕྱག་པ་ཏེ་གོ་མ་པ་བདུན་པོ་དན། །འདི་ནི་དེ་ལས་ཆེས་གསོད་པ་མས། །
པ་སྒྲིབ་པ་ཅིས་ཞིང་གོ་དཔེ་ལས་པ་སྒྲིབ་པས། །

敬禮具大悲

謹依聖教說

莊嚴佛土經

盡於恒沙數

經歷恒沙劫

若出家菩薩

向彼行七步

成就妙慧者

安住靜處觀

說居家菩薩

諸佛及僧伽

勤修諸供儀

願住阿練若

其福過於彼

三讚處靜

十三

[illegible]

མཚན་དུ་གསུམ་དུ། །བདག་ལྟེན་མཚན་པའི་མཐོང་མཁའ་ལས། །གང་གིས་ཁམས་གསུམ་

གྲིས་འདྲིལ་བཤེད། །རྩུ་འདྲིལ་ཏམ་གྱིས་རྩལ་སྒྲུག་པ་པས། །དགོན་པའི་ཚུགས་པ་ལ་ངོ་

ཕྱོགས་ཏེ། །གོམས་ཕུགས་ལོ་རྒྱུ་ལོ་ལོ་ལོ། །དེ་ལས་ལས་ལོ་རྒྱུ་ལོ་ལོ་ལོ། །

འཇམ་མཁའ་མེད་གཏི་མུ་ལ་སྐུ་མཁའ་མཁའ་། རྟེན་གསུམ་མཁའ་མཁའ་མཁའ་མཁའ་མཁའ་། རྟེན་གསུམ་མཁའ་མཁའ་མཁའ་མཁའ་མཁའ་།

॥ वसमगाद्रवसुमयसुमयके ॥ मद्रवसुमयके ॥

彌勒獅吼經

以種種供事

經過百萬年

若有怖三界

往靜處七步

大解脫經說

勝於能救護

說若有此人

充滿三千界

晝夜恒供佛

深畏諸喧雜

其福多於彼

修靜慮功德

三千界有情

靜處讚四

十四

དམ་ཆོད་འདུལ་དཀའི་འགོ་རྒྱུ་མ་སལ། བཤད་པ་མཐོང་ནས་ལཱ་ལྷན། ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན།
 དཔེན་པ་སྟེན། རང་གཞན་གཉིས་ཀ་རབ་ཚོམ་པའི། ལམ་རྟེན་རྣམ་ཁེས་རང་མ་དབྱེས་ཀྱིས།
 རྩེ་ཐུན་ཚོང་ཁ་པ་པ་གདམས། ཟུམ་པ་ཡོང་པ་ཀུན་པོར་བས། རི་སྟེབས་ཡུག་ཡངས་ཉམས།
 དགའ་བས། རིག་ས་བཞིལ་གནས་དགའ་བདེ་གང། ལྷན་པོ་ལ་ཡང་ཡོད་རྟེན། བཅོམ་
 ཆོད་ཚོས་ཀྱི་ལྷན་མཆོད་གསུངས། རིན་ཀྱང་རྩེ་ཐུན་མེད་ལ་ཡིས། ལྷན་བསྐྱེད་མན་དགའ་མི་སྟོང་
 བ། རི་བོད་བཟུང་ཡང་རང་རྩུག་ཡོད། ཁེས་གསུངས་ལྷན་བསྐྱེད་སྐྱེད་པ་པོ་ཆོད། །

妙吉祥菩薩

懽悵難調眾

唯靜處勤修

班禪法幢說

間居山崖下

如此妙喜樂

彌拉大師說

住山徒自苦

教宗喀巴言

說法無大益

方能利自他

捐棄諸喧雜

安住四聖種

國王亦非有

若不修教授

故當勤修習

གང་དེ་རྒྱལ་པའི་ཆོས་བསྐྱེད་ན། རྒྱལ་པའི་དེ་ལ་བསྐྱེད་བར་འགྱུར། ཟུར་མཛད་ལས་
 གསུངས་རྒྱལ་བཀའ། འགྲུལ་འགྲུལ་པའི་སྐྱེད་མ་ཡིན། །དེ་ལྟར་དེ་ལྟར་བསྐྱེད་པའི་
 རྒྱལ། བསམ་མཐོག་ནས་འཕྲིན་པའི་བདེ་བ་འདི། རང་གི་སྤྱིང་ལ་འབག་ནས་ཏེ། ཆོ་ཡི་འདྲ་
 རྒྱུད་གཏོང་བ་ཞེས། །དཔེ་ན་ལ་དགའ་བའི་གཏམ་འདི་ནི། །དག་སྤྱོད་དག་ལེགས་རྒྱལ་ཆོ་ཡིས།
 རང་གི་འདྲ་དཔེ་མང་པའི་རྒྱལ། །དཔེ་ན་གནས་གཞུང་ཆོང་འདྲ་བྱིས། །འདི་རེ་འབད་དག་ལས་
 རྒྱུད་བཞི། །ལེགས་པའི་འབྲས་བུ་ཡོད་སྤྱོད་ན། །དེ་མཁུ་མཁུ་གྲུ་འགྲོ་བཀའ། །རྩེ་མུན་
 མེད་པ་ལྟ་བུར་ཞེས།

若人護佛法

故經說諸佛

思此住靜法

願心常好此

我苾芻善海

於東格倉寺

願以此善根

廻向諸有情

亦為佛所護

是護住林者

引生妙喜樂

不惜於身命

隨自心所欲

著樂靜處論

所感安樂果

皆如彌拉行

練習

དཔེན་པ་སྟེན་པ་ལྟོན་པ་མཆོག་

|དམ་པ་འི་མན་ངག་པ་འི་བྱ་བྱས་|

དམ་ཆོས་སྤྱད་པ་འི་སྤྱུ་བྱ་བྱས་

|དཔེན་པ་སྟེན་པ་སྟེན་པ་སྟེན་པ་སྟེན་པ་

གང་ཞིག་འདྲ་འཛིན་དག་འཛིན་

|དེ་ནི་སྤྱི་ལོ་འགྲུབ་མི་འགྲུབ་|

འདྲ་འཛིན་འདྲ་འཛིན་སྤྱད་པ་སྟེན་པ་

|དཔེན་པ་སྟེན་པ་སྟེན་པ་སྟེན་པ་སྟེན་པ་

若人好喧嘩

或復多散亂

此非功德器

不能修正法

貪著五欲境

追求諸名利

身心常擾亂

此人有何樂

一羣燕子 飛到我們鎮上來了 他們一到 好像要我認識
的老東家 先在空中盤旋一回 然後分別飛下來 飛到
對門潘家的也有 飛到隔壁王家的也有 飛到後巷陳家的
也有

有一對燕子 飛在我家牆上歇息着 我疑心他們是長途辛
苦 暫時休息的 但是仔細看看 他們又好像認識我一般 低
頭看着我 口中呢喃呢喃好像對我說 小朋友 半年不見了府
上都好嗎 我們又來了 要借這裏居住 你允許嗎

我開了窗子 讓他們飛進來 不久 他們就在屋梁上 做
了一個巢 養育小燕了

ཐུག་ཏུ་བྱོན་པ་དང་། སྤྲིན་གྱི་ལྗང་རྒྱུ་ཅན་། །

ཤོགས་པ་ཐམས་ཅད་ལུ་རྩལ་ལྡན་གྱི་པ་དང་གྱོགས་ཤིང་། གནའ་མེ་ལོ་ཁྱིལ་ལ་དེ་ཆེ་འི་དགྲིལ་པ་དང་།

གི་ཡང་དུ་མཐུག་ཏུ་ཆག་ཅིག་གིས་ཆང་ཤེད་གི་འདུག། ཁོ་ཆོ་ལྷ་བཤམ་གི་བཤད་དུག་ལ་ལས་བརྒྱས།

ནུས་ཆང་གསུམ་པ་ལྟ་སྟེ། དེའི་ཆེད་ཆོ་གིས་སྟོན་ནུས་ཁང་པ་ཞིག་གསུང་བུག །ཞིང་།

བཅོས་གཟབས་པ་མ་བྱེས་པར་ཁ་གཏོང་རིའི་ཆད་བཤིག་ས་པ་རེད། བྱུག་ཏུ་རེད་ན་ཆད་པ་ཤིག་ས་པ་...

མཐོང་བས་སྒྲིག་སྐྱོད་ཆེན་པོ་སྒྲུག་ཀྱང་མཐོང་གསལ་པ་ཕྱིར་ལྟར་མོད། ལུང་ལྟ་ཅི་མ་གྱིས་ལྟ།

ཏྲེ་གཉིས་ཤོག་མ་པོ་མང་པོ་ཁྱིད་ཟུང་། དཀྱིལ་ཁ་དུ་སྒོར་མ་ཕྱེད་ཐེམ་ཁྲུ་ལ་ལ་ཉན་སྒྲིའ།

དེ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་ཕྱེད་པ་ལྟ་བུ་ལྟུག་ དེ་ཆེན་པོ་ལ་ཕྱེད་པ་ལྟ་བུ་ལྟུག་

ཏད་གཉིས་ཀྱི་བློ་གསལ་རྒྱ་ལྡན་པ་ཆང་གསལ་པ་བརྟེན། བྲིམ་གཉིས་གསུམ་ཅམ་པོ་དྲན་པ་ཆང་།

གསུངས་ཞིག་ཡུལ་པ་རེད།

燕子是一種能够互助的鳥兒 如果有一隻遇着了災禍 他的朋友們都會飛來慰問和援助

從前有一年 一對燕子在我家正房的梁上 築起巢來 他們辛苦了一個多月 才把新巢築成

那時候 我家恰巧雇着木匠 修理房屋 木匠們不留神 把燕子的新巢毀壞了 燕子回來發見新巢被毀 便大聲悲鳴 急急的飛了出去

一會兒 燕子帶着許多朋友 一同飛來 他們在正房裏盤旋 急躁的叫着 好像在商量甚麼大事 不久 他們就去啣泥啣草 幫助那對燕子 重築新巢 兩三天後 一個簇新的燕巢 又成功了

པའི་ཁྱིམ་དུ་བྱུང་པ་ཆོད་པ་ཞིག་ཡིན། ལྷ་སྒྲིལ་ཡོང་སའི་གསལ་མའ་པ་ཡིན། མདངས་ཏུ་ཅད་

མཆད་བཤེད། མགོ་རིམ་ཕྱོགས་ཁག་གི་མདོ་སྟོན་ལྟར་དཔྱད་མཐུན། མཇུག་མར་སྒྲུབ་ཁག་པ་ཕུན་ཀླག་།

གཅིག་ཡོད། མདོག་ནག་པོ་དཔལ་མེ་བའདུག། བོ་རྒྱུང་ཡོད་པ་དཔལ་པའི་ཆོ། ལྷ་བ་

ལུས་གཡོ་བའི་དུང་ལྟར་འཆར་འདུག། འདི་འདྲའི་གོ་ས་ཁྱ་པོ་སྤྲུམ་པོ་ལ་བཟོ་བ་ཡིན་པ་མི་ཤེས།

ཁོ་རྒྱལ་ཁྲི་བུ་ལྟ་བུར་ཐོས་པའི་མཛེས་པ་ལ་ལོ་ལྟ་བུ་ཡིན། ཁོ་རྒྱལ་ཁྲི་བུ་ལྟ་བུར་ཐོས་པའི་མཛེས་པ་ལ་ལོ་ལྟ་བུ་ཡིན། ལྟ་བུ་

འདི་ལྟར་འགྲུགས་ཀྱང་ཀུན་པ་གཅིག་བརྩིས་ནས་འངས་ཐུབ། རྩེ་མོ་སྟག་རྩུ་ས་འབྱུང།

འབྲོག་ལྷ་མོ་རིན་པོ་ཆེ་དུང་། ཚེས་ལྷ་མོ་། ད་ལོ་ལྷ་མོ་ཐུང་པོ་ལྷ་མོ་། ལོ་ལྷ་མོ་

[illegible]

དམག་པོ་ལྟར་ཡིན་ཅེས་ཀྱང་། རྒྱ་བོད་ཀྱི་

我家養着一隻大公雞 滿身紅翎 顏色非常的鮮明 頭上戴着
血紅的冠子 尾巴上有一叢彎彎的羽毛 又黑又亮 有時候他
當風站着 便拂拂飄動 閃出綠光來 不知道這樣華麗的衣服
是誰給他做的

他常常挺着胸向前走 很像一個武士

他的腳很有力氣 這樣肥重的身子 一隻腳也支撐得住

他常時用爪爬地 有時候看見一個蝸牛之類的小蟲 就拿
來當點心吃

我是他的好朋友 有時候他站着休息 眨着眼睛要睡覺

只要我輕輕一叫 他便立刻醒了 側着頭很注意的聽

འབྲོག་གི་སེམས་ཀྱི་རྒྱུ་ལྟར། བོད་ཡུལ་ནི་ཡང་ཆུ་ལྷན་པུ་ཤིང་ཕུ་ཤིང་གི་ཁྱོད་ཅིག་ལྟར་ལོ།

ལསྟེད་ཆོག་ཏུ་ཕུགས་པ་བདེ་པོ་རེད། དེ་ཆོད་པ་མི་འདྲ། དེ་ཆོསྟེར་མོ་ཏུ་འགྲོ་བ་མཁྱེད་

པ་ནང་དུ་ལེག་དགོས། གཤམ་ཏེ་ཐམས་པོ་དུ་ལྟོན་མཁྱེས་པ་པ་གནས་པ་དང་འཕྲོལ་དགོས། འཕྲོ

སྒྲིག་གི་ཁང་པ་མཐེགས་པོ་ཡོད། ཆད་པ་བབས་ཀྱང་འཛིན་ཀྱི་ཡོད། ལྷགས་པ་ཆེ་འབྲང་བྱེད།

མིང་གོ། དབྱར་འཁྲུགས་ཆེན་པོ་ཁང་པ་ཁུད་ནས་ཕལ་ཡོད་པ་ལྟར་ད། རྒྱུ་གཤིས་པ་ཆེ

ཁྱེད་མེད་པ་ལོ་འོ་ལ་དང་འཆོམ་པ། འོ་ག་འོ་དྲ་པ་འོ་ཆོ་པ་དང་པ་འདྲ་ཁྱེད། འོ་འི་ཆེད་སྤྲེལ་པ་ལ་འབད་

ཕལང་ཆེར་སང་། དེའི་ཕྱིར་ཁོ་ཆོད་ལ་ཕོན་དུ་བཟུང་ནས་སྒྲིད་པོ་རེད། རྒྱུ་སྒྲུ་གཞི་སྒྲུ་

ལས་གྲག་བོད་པའི་རྒྱུ་ཡང་། ལུས་ཅི་ཁང་མི་ནང་དུ་བསྐྱེད་པ་ལ་ཉ་ཅད་ལྟར་ཤི་ཡིད། གློག་ས

ཆད། བྱེད་ཀྱིས་འཕགས་པ་ཕྱི་དང་ཆེད་ན། བོལ་མ་པ་ངས་ནང་དུ་བསྐྱེད་པ་ནས་བྱེད་ལ་བསྐྱེད་པ་

བུ་གུ་མེད།

蝸牛走路極慢 他住的房子 就馱在背上 隨處可以住 便利
得很 不像我們 出了門要急急的趕回家 如其出遠門 還
要急急的找旅館

蝸牛的房子很堅固 下雨不會漏 大風也吹不進去 夏天熱
了 他便馱着房子 往陰涼處去住

蝸牛的房子 不大不小 恰好適合他的身體 他年輕的時
候 房子很小 年紀漸漸的大起來 房子也跟着大起來 所以
他住在裏面 一輩子都很舒服 蝸牛做事很慢 只有把
身體縮進房子裏很快 小朋友 假如你去捉弄蝸牛 他
便立刻縮進去 連睬都不睬你

དད་མཁྱིའི་དུམ་རལ་མཐོ་མཐོ་རལ་སྒྲུབ་པའི་ཆོ། ལུ་སྒྲུབ་ཅིག་སྒྲུབ་པ་ལ་འཇགས་མཐོང་བ་ལོ།

[illegible]

གི་ཆུ་བུ་འདྲ་བར་སྤྱོད། གཞེས་པའི་མཛོད་ཀྱི་ཅིང་བྱེད་པ་གང་ཡང་མི་འདུག། ས་ཕལ་གཞི་ས་ཚུལ་

འདྲི་བ་ལ་དུས་རིམ་ལོ་རྒྱུ་རེད། རྒྱ་གར་ཁོའི་ཕ་ཤར་སྐྱེད་སུ་ཆེ་བ་ལ་རེད།

ཅད་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་རེད། ཁྱེད་ལྟོས་འགྲོ་ཁོད་ལྟར་བཅིག་པའི་ཅེས་སྒྲེབ་སྒྲེབ་པ། མགོ་ལྟར་

འདིངས་ཏེ་ཕོ་གསལ་བཞི་རལ་ལྟ་གི་འདུག གཤམ་ཏེ་མི་ཐམས་ཅད་ཁོ་དང་འདུག་པའི་མཐོན་པ་སྤྲད་དེ་སྒྲིང་།

ཏུས་ཡོད། རྒྱལ་བའི་ཕྱར་ཅིག་ཡོད། གྲགས་ཀྱང་ཁྱེས་པ་ལྟ་བུ་གྲགས་ཀྱང་གསོད་མི

[illegible]

我坐在紫藤花架的旁邊 看見一隻蝸牛正在爬牆 他伸着兩條觸角 好像兩把刺刀 他馱着膠殼 好像一個兵士的背囊 他慢慢的爬 不慌不忙 僅僅爬過兩個牆磚 已經費了很久的時光 但是我很佩服他 忍耐的工夫 偉大的力量 你看 現在他已經爬上了牆頭 昂着頭 向四面觀望 假如一切人 都有他那樣的忍耐和力量 豈有不能夠成功的事業 小朋友 不要小看了蝸牛 他也有不少可取法的地方

練習

有一對燕子 在空中飛舞 好像是在找甚麼東西
過了一會 又飛來了兩對 六隻燕子在一處盤旋 口
裏叫着 好像是在談話 又像唱歌

公雞的羽毛 非常美麗 他的性情又很勇敢 每天
早晨發出大聲 喚人們起來做事 他從不曾忘
記一回

蝸牛背着房子走路 到處可以住宿 他頭上有兩
隻角 稍微觸着一點東西 便趕快縮回去 但是他的
房子很堅固 也還能夠自衛

從前有一個國王 親自帶領軍隊 去和敵人打仗
第一次交鋒 就打了敗仗 第二次再增加兵士去打 又
失敗了 國王被敵人追逼不過 就逃到一個山洞裏去
躲避 洞口有一個蜘蛛 正在作網 他放出絲來黏附
在岩上 看看快要結成了 忽然一陣風來 把網吹破了
他再放出絲來再結 又被風吹破了 這樣一直到第六次
才把那個網結成 國王呆看了半晌 大聲喊道 難道
我不及蜘蛛嗎 他就趕快跑出洞外 召集了潰敗
的殘兵 再和敵人奮鬥 這一來 國王和兵士們 都
增加了勇氣 殺得敵人大敗

ལེ་མང་པོ་འི་སྒྲུབ། རོ་ཆོ་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་བྱུང་མེད་པའི་མཁའ་ཁྱིལ་བྱུང་། རྩམ་བྱེད་ཀྱིས། མེད་

མུག་ལོན། དེའི་ཆོ་རྒྱལ་ཁབ་ལ་དགའ་སྟོན་གྲོགས་པོ་དང་པལ། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་རྒྱུ་སྤྲེལ་ཞུས་པ་རྒྱུ་དང་ཉམས་...

དམག་བརྒྱུ་པའི་སྐུ་ལ་བཞུགས་པའོ། ། མུག་ལེན་གྱི་ཁྱིམ་དུ་ཡབ་དང་བུ་པོ་གཉིས་པ་མེད། ། ལྷ་པོ་

ཕོ་ཏུ་ཅང་ཅུང་པས། དེས་སྒྲོལ་ཡི་པདྨ་དཀོང་ལོ་པགས་ཀྱང་དམག་ལ་འགྲོ་དགོས། མུག་ལོ་ན་...

གྲིས་ཡུལ་ཡུལ་གཞན་དུ་དམག་འཐབས་འོད་ཀ་ལལ་ས་ཤེད་པ་མཁའ་མེད་ནས་ཁོ་རང་སྐྱེས་པ་འི་ཆས་ཀྱི་ཉི་འོད་

གཞིན་མདུང་བཟང་ཡེ་ཆས་བྱས་ནས་དཔལ་འདྲེ་བས། ཁོས་དཔལ་འདྲེ་ཕྱི་རྒྱུ་ཀློང་ཤར་

ཐུགས་སྒྲུབ་པ་དག་ལོ་ལྟོ་ལྟོ་སྒྲུབ་པར་མཛད། ཁོ་འཇམ་མཉམ་པ་དང་འཇམ་མཉམ་པ་ལྟོ་ལྟོ་སྒྲུབ་པར་མཛད། འཇམ་མཉམ་པ་ལྟོ་ལྟོ་སྒྲུབ་པར་མཛད།

ཀུལ་ཏེ་ལོ་གཤམ་བཤེད། དམག་གི་འདུ་ཁག་དམེད་ཡིན་པ་དེ་ལ་མཁུ་མི་འདུག། གཡུལ་།

མཆོད་པ་འདིར་མཁའ་ལོ་དཀར་ལ་ས་ཆེན་པོ་རྟེན། རྒྱལ་པོ་ཀྱི་སྐུ་ལ་དཔལ་དང་གོ་ས་གཙུང་།

ཡང་ཁོང་མ་སྒྲུངས། ཁོས་དཔེ་ཞིག་སྒྲུངས་ནས་མ་གོ་སྒྲུངས་པ་ནས་ད་ཡང་ཡམས་དང་དཔེ་གསལ་བསྒྲུངས་པའི་གཤེད་

許多年前 我國出了一個女英雄 姓花名木蘭 那時候
國家受着敵人的壓迫 政府便發下命令 徵集男子去打
仗 可是木蘭家裏 只有父親和一個弟弟 弟弟年紀還很小
所以他的父親 雖然已經衰老 也得去從軍 木蘭不忍老
父遠離家鄉 受戰爭的困苦 所以他改扮男裝 騎着馬
拿着長槍 代替父親去從軍 他率領着一隊兵馬 開到
北方去抵抗敵人 他打仗很勇敢 直打了十二年 才得勝
回來 軍中竟沒有人知道他是女子 這次戰爭 木蘭的功
勞很大 政府要獎給他銀錢和官位 他都不要 他只
要了一匹駱駝 急急的趕回家去 看他的父母和弟弟

སྒྲུབ་ཅིང་གི་དུས་སུ། དམལ་དཔོན་སྐྱེས་མཁའ་ཁེས་སུ། དཔལ་པོན་ཁྱེས་པའི་མཁའ་ཁེས་སུ།

ཡེ། མཁའ་ལྷན་གྱི་འཕྲིན་ལྷན་ལྷན་པུ་ལྷན་པུ། སྐྱུ་སྐྱུ་ལྷན་གྱི་ལྷན་པུ་ལྷན་པུ།

ལག་ཁྱེད་ལ་མཆོད་པར་བསྐྱེད་པར་མི་རྒྱུ་པ་རེའི་གྱིས་དུ་བཅིང་ནམས་སྒྲགས་ཀྱི་ཆད་པ་ཅན་པེད།

སྒྲུབ་དམག་འཛིན་མཁན་གྱི་དང་པོ་མཆོད་། དཔྱད་དམག་ཕྱི་གསུམ་ཕྱི་གསུམ་ནས་བརྒྱུ་རྩེན་པའི་མཁའ་ལས་

[illegible]

ལ་སྐྱོད་ཀྱི་ལམ་ཁྱེས་པ་ལ། ཡལ་སྐྱོད་ཀྱི་ལམ་ཁྱེས་པ་ལ། ཡལ་སྐྱོད་ཀྱི་ལམ་ཁྱེས་པ་ལ། ཡལ་སྐྱོད་ཀྱི་ལམ་ཁྱེས་པ་ལ།

[illegible]

གྱིས་ཁོ་ལུས་རྩལ་མཐས་ཤིང་རྩོམ་པ་ཆེ་བའང་མཐེན་པས། དམག་པུ་ཕྱག་ལག་འཁོག་དང་།

བཅས་པ་མཆོད་དེ། རྒྱལ་ཡུལ་གསེང་རིམ་ལ་མཐུན་པ་ཕྱིར་རྟག་ཅིང་། དག་དམག་གིས་གོ་ནས་

ཀུན་ཏུ་འདོད། རྒྱ་གཞི་མཛད་པ་གདངས་ཅན་པམ་པས་བརྒྱུན་ཆུ་གཏོང་བ་དང་མགའ་པམ་ཐང་པོ་དང་།

ཕྱེད་མཁའ་མེད་ཀྱི་ཕྱུ་ལ་བཟང་བཟང་དུ་ཆགས་པའི་ཆོ། དཔྱིན་ཅིང་ཕྱུ་ལ་བཟང་བཟང་ཡུལ་འགྲེད་པ་རེད།

དཔྱིན་ཅིང་དམག་མང་པོ་མཁའ་མེད་ཀྱི་རབ་ཏུང་བཟང་དམག་ཆེན་པོ་ལྟག་པ་ཡིན། རིན་ཅིག་དཔྱིན་ཅིང་

གི་རྟ་དམག་རྩ་གཅིག་གྱི་དཔྱིད་ཁྱིའི་རྩ་དཔྱད་པ་རེད། སྒྲིབ་དུ་བྱས་ཀྱི་རིང་ནས་མཁའ་མེད་ཀྱི་ཁིམ་སེར་གྱི་

དམག་འོང་བར་མཐོང་ནས་ཁོ་ཆོལ་མས་ངས་རྟ་མཆོང་སྟེ། མི་སེར་གྱི་དམག་ལ་རྒྱ་གྲགས་ཕྱེད་པ་

རེད། གྱིང་དཔྱད་དེ་ཕྱིས་པལ་བཅོལ་པ་ཞིག་ཡོད། ཐུམ་པ་མེས་པ་ལ། མི་སེར་གྱི་དམག་

ཆུམ་པ་སྒྲོ་ནས་མེད་པ་ཤེས་པས་པམ་དོགས་ཆོ། རང་ཉིད་དཔྱིན་ཅིང་གི་དམག་ལ་བརྒྱ་བཅོག་པའི་

མཆོན་ཆག་དཔྱད་མེད་པ་ལ། ཕྱོགས་བཞི་རབ་ལྟ་བུས་མི་སེར་གྱི་ཡུལ་ཁར་བུང་བ་ཆོང་བ་ཅུ་ཅམ་གས་

ལྟུག་ ཁོས་ཐབས་ཐག་བཅད་ནས་ལམ་ཁར་སྒྲུག་པས། དཔྱིན་དམག་ཆུམ་པ་རྒྱ་ནག་ནས་ཡུལ་

ཁ་དེར་རྒྱ་བའི་ཆོ། ཐུམ་པ་གྱིས་བུང་ཆོང་ཆུམ་པ་དཔྱིན་དམག་ཆུམ་པ་ལ་ཤེད་གྱིས་བརྒྱ་བུ་པས།

བུང་བ་ཐམས་ཅད་ཕྱོགས་ལྟ་བུ་དཔྱིན་དམག་ཁའ་ཞིག་ས་ཏེ་དཔྱིན་དམག་ཐམས་ཅད་སྒྲུང་ང་མིག་སྟགས་...

བྱེད་པ་མོང་། རྒྱུ་འདྲི་ལ་རྒྱུ་མི་ལེ་རྒྱུ་མཁུ་ལ་རྒྱུ་ལ་ལེ་དེ།

從前美國獨立的時候和英國開戰很多英國兵開到美國
戰爭很為激烈有一天英國一隊騎兵駐紮在一個村上忽然
發見遠處有一隊美國民軍來了他們立刻跳上馬背預備向
民軍突擊那村上有一個十五歲的小朋友叫做傑克他知
道民軍沒有防備恐怕打敗他自己沒甚麼兵器可以襲擊英
國兵四面瞧瞧見農場上有十幾個蜂房他便打定主意
站在那邊等候英國兵騎着馬經過那個農場傑克就把蜂
房盡力向英國兵扔過去蜜蜂好像狂了一般向英國兵亂刺刺
得英國兵個個鼻紅眼腫民軍就趁此機會打了一個勝仗

凡爾登是法國東方的要塞 歐戰的時候 德國皇太子
率領大軍 拼命攻擊凡爾登 法軍也盡力防守

凡爾登礮臺裏邊 有一個食堂 食堂的中間 掛着法國
政府頒賜的勳章 這勳章不是給個人的 是給礮臺的
勳章下面繫着一個銅牌 上面刻着一句話 意思是 不
准他過來

不准他過來 說得到 做得到 法國人不知道經過了幾
場血戰 犧牲了多少性命 終於守住凡爾登 沒有讓
德軍過來

練習

དེ་ཆེན་པོ་གི་ཤེད་པ་ལ་དཀའ་ལས་ལ་བལྟ་མི་རུང་། དཀའ་ལས་ཀྱི་དྲན་ནས་མ་རྒྱལ་ན་ཟེས་གོས་

ཀྱང་གྲུབ་མི་ཤིང་། རྩོམ་གྱིས་ཚང་བཅས་པ་ལ་གལ་ཏེ་རྒྱུད་དང་ཐུག་ནས་ལན་ལྔ་པ་རྟེན་གཤེད་པ་རུང་།

བཅས་པ་ལ་ཡོད། རྒྱལ་ཁབ་རྣམས་ཀྱིས་དམག་ལ་བྱུག་པ་ལ་རྒྱལ་ཡམ་རེ་གཉིས་ཅུ་མ་གྱིས་རྒྱལ་ཡམ་

མི་ཅིས། རྩོམ་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་གིས་ལན་གཉིས་ཡམ་ཡང་མཐར་རྒྱལ་བ་རེད། རྩོམ་པ་ཁོ་ན་དམག་

ཤེད་པ་མ་རེད། བྱད་མེད་ཀྱང་དམག་ཤེད་ཆོག བྱད་མེད་ཀྱིས་དམག་བྱམ་པ་རྩོམ་ཡང་མ་དཔོན་

བྱད། དེ་ལྟར་ཡང་ཡོད།

དེད་ཀུན་དང་མཉམ་པ་དུས་ཤིག་སྤྱི་ལོ་ལྔ་པ་ལྟར་གྱི་ལྷ་སྐྱེས་མཉམ་པ་དུས་ཤིག་དུས་ལྟར་། རྟོག་པོ་།

ཆོས་འབྱུང་ཅིང་འབྱུང་ཅིང་བྱས་ཆམ་གྱི་དྲུབ་མང་པོ་བྱས་པ་རེད། དེ་ལ་ཆེ་བ་འདྲོད། རྒྱུ་

པའང་ཡོད། མཐོན་པོར་འཕྱར་པའང་ཡོད། དམར་པོར་འཕྱར་པའང་ཡོད། དེད་ཀྱིས་བྱས་

ཆལ་གྱི་དབུ་བ་ཆོས་པོ་གི་འབྲུག་པ་སེམ་པ་ས། གཤམ་འབྲུག་གཤམ་འབྲུག་ས་བརྗེལ་ག་པ་ས་གྲོ་ས་ག་ ..

འཛིན་པ་ཅུང་ཟད་ཅི་ཡང་འགལ་མི་ཤོད། དེའང་རིམ་གྱིས་ཆེར་སོང་འདུག། མཐུན་དུ་གྱིས།

གྲོ་སྐུ་གྲོ་སྐུ་དང་བྱེད་པའི་ལྷན་པོ་རྒྱུ་ཡིན་པར་སྤྲོད་ཏེ་མཁོ་ཉེ་དེ་རུ་

ཡར་མར་གཡེ་བ་བདེ་གསལ་ཆོག་ས་པའི་ཁུ་མར་ལྟར་ཏུ་ཅང་མཛེས་པོ་འདུག། བུ་མག་ཏུ་ཞིག་སྒྲིབ་ཏུ་

འཕྲུལ་མེད་ནས་.....ཡར་འཕྲུལ་བའི་དབུ་བལ་བརྒྱ་བའི་མེད་འགྲོ་བ་མེད། དེ་ཀླང་པ་སར་.....

བདག་པོ་སྐུ་ལྔ་པ། གྲུ་མ་ཆགས། ལྷ་པོ་མ་ཆགས། རྒྱ་པོ་མ་ཆགས། མ་ཆགས།

ཡང་། དེ་སྒྲུབ་ཡང་རབ་དྲུག་ཆོས་ཟེར།

我和弟弟把麥管蘸着胰子水 在院子裏吹胰子泡 我們
吹 吹 吹 吹了許多胰子泡 有的大 有的小 有的飛得
高 有的飛得低 我想吹一個大胰子泡 就慢慢的吹 慢
慢的換氣 手拿着麥管一動也不敢動 那個胰子泡也就
漸漸地大了 我把麥管輕輕地一動 那泡便脫離了麥
管 飄在空中 在太陽光裏上上下下 好像一盞彩燈 非
常好看 忽然有一隻小燕 飛過來 那快要飛上天的泡
兒 被他一撞 就不見了 我躁着腳說 咳 破了 弟弟
哭起來了 我對弟弟說 不要哭 不要哭 我再來吹

一國有一國的國花 國花大概都是很美麗的 獨有蘇格蘭的國花 却是一枝有刺的薊草 他們為甚麼選這薊草做國花呢 據說從前羅馬派兵進攻蘇格蘭 蘇格蘭的軍隊便開出去抵抗 蘇格蘭的軍隊駐紮在一座山上 有一天夜裏 羅馬兵來偷襲他們的大本營 羅馬兵要使地上不發生響聲 所以全光着足走 他們到了大本營附近 有一個兵士 踏着了一株薊草 不由的就阿呀叫了一聲 蘇格蘭的守兵聽到了這叫聲 大家便一齊起來 把羅馬兵打退了 他們為的紀念薊草的功勞 所以就選了他做國花

ངཙམ་སྤྱི་ཆགས་ལྷམ་སྤྱི་ཆི་ཤིང་སྤྱི་ཆགས་ཟེ་ཤེས། ཆི་ཤིང་ལྷམ་སྤྱི་ཆི་སྤྱི་ཆགས་ཟེ་

བམི་ཤེས། ཀྱང་རྟོ་གི་ཡལ་དུ་ཡག་དཔེས་པའི་རྩ་ཁྱིམ་ཡོད། དེའི་སྤྱི་ཆགས་ཟེ་ཤེས་པའི་

རྩ་ཡོད། རྩ་དེའི་སྤྱི་ཆི་ཡམ་ཆོད་པོ་ཡོད། སྤྱི་ཆི་སྤྱི་ཆི་ཡམ་པའི་ཆགས་པད་གས། དེའི་

སྤྱི་ཆི་ཡམ་པའི་རྩ་ཡོད། ཡམ་པའི་རྩ་དུ་ཆུས་གང། ཡམ་པའི་རྩ་ཅང་ཡམ་

པོ་ཡོད། སྤྱི་ཆི་ཡམ་པའི་རྩ་ཡོད། སྤྱི་ཆི་ཡམ་པའི་རྩ་ཡོད། སྤྱི་ཆི་ཡམ་པའི་རྩ་ཡོད།

དུ་བྱིང་པ་ཡོད། ཡམ་པའི་རྩ་ཡོད། སྤྱི་ཆི་ཡམ་པའི་རྩ་ཡོད། སྤྱི་ཆི་ཡམ་པའི་རྩ་ཡོད།

སྤྱི་ཆི་ཡམ་པའི་རྩ་ཡོད། སྤྱི་ཆི་ཡམ་པའི་རྩ་ཡོད། སྤྱི་ཆི་ཡམ་པའི་རྩ་ཡོད། སྤྱི་ཆི་ཡམ་པའི་རྩ་ཡོད།

སྤྱི་ཆི་ཡམ་པའི་རྩ་ཡོད། སྤྱི་ཆི་ཡམ་པའི་རྩ་ཡོད། སྤྱི་ཆི་ཡམ་པའི་རྩ་ཡོད། སྤྱི་ཆི་ཡམ་པའི་རྩ་ཡོད།

我們只知道動物吃植物 不知道有許多植物也會吃動物

廣東地方有一種草叫豬籠草 他就是會吃動物的草

那草生得很特別 在葉尖上 掛着一個瓶子 這就是吸取昆蟲的利器

瓶子裏滿滿的裝着液汁 瓶口很光滑 昆蟲們要是到了瓶口上 一個不小心 就會滑進瓶子裏 淹死在液汁裏 豬籠草慢慢的把他消化了 做為自己的營養料 比我們喫一隻雞還容易 這種液汁怎麼會消化昆蟲呢 據植物學家說 因為那液中含有醱酵素

ཁོ་ཀྱི་ཕུ་སྒྲུང་མ་ནས་བྱིས་པ་མ་རུ་ཅང་ཡག་སྒྲུང་། ཁོ་མ་རིམ་གྱིས་སྒྲུང་མ་ནས་མ་རིམ་།
མ་རིམ་མ་སྒྲུང་།

王元七歲的時候他的父親就死了母親做些針線供給他
 生活去讀書他到了十歲不能再繼續讀書就替村上秦家去
 放牛他每天到湖邊去放牛讓牛自由的吃草自己拿着幾本書坐
 在樹陰下看有一天正是夏季天氣悶熱他放牛疲了就坐在綠草地
 上休息忽然間黑雲密布下了一陣大雨一會兒晴了雲裏透出太陽來
 照得滿湖通紅湖裏有十來枝荷花苞子上清水滴滴荷葉上水珠滾
 來滾去非常可愛他想要有一個畫家把這荷花畫下來一定很好我自己
 畫一張看他就拿紙筆來畫了一張倒還很好以後漸次學畫就成了個頂好的畫家

འཇམ་མཇམ་གྱི་མཁའ་མཁའ་ལྟེན། དེར་ཤར་ཡང་ཟེ་རྒྱ། ལྷ་ཀྱང་ཟེ་རྒྱ། ལྷ་ཀྱང་ཟེ་རྒྱ།

གང་ལ་འདྲེ་ཆུ་མ་བྲེ་གི་འདུ་གཟིང་པ་དེ་རྒྱུ་མ་སྤྲུལ་པ་ལྟུང་ལ་འཇགས་བཞིན་དུ་ཆད་དུག་ཆེ་བའི་ཉི་མའི་

[illegible]

ཤེས་གི་མཉམ་དག
དཔེ་བྱུང་ཆེ་བའི་ཕྱི་རྒྱལ་ཚོས་སྐུ་ཁྲིམ་པ་རྟོགས་ནས་རང་གི་ཕྱོག་དང་

བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་ནི་ཁོ་ལག་ཏུ་
མཆོག་པོ་འདྲ་བའི་ཡུལ་འདྲ། དང་ཚོ་ཉི་ཤུ་པ་

ཁང་པར་བསྟན་ནས་པོ་མིའགྲུག་པོ་ལ་བསྐྱོད་པར་གྲགས་པ་ཤིང་། བཅོས་ཅིན་པའི་ཁལ་ག་ཟེང་།

འཕྲིན་ལྷོ་རྒྱུ་མེད། དེ་རང་དབང་མེད་པར་སྐྱེ་ཤིང་ཉུང་སྒྲུབ་པ་སྟེ། ཚད་ཆེ་གཤིས་ཉི་མམ་མེད་པ་

མཆད་པ། གཞི་སྒྲུབ་པའི་སྒྲུབ་པ་ཆེ་བ་སྒྲུབ་པ། བྱིས་ཀྱི་མཆོད་པ་སྒྲུབ་པ།

དཔེ་ཅན་པོ་ཡི་སྤྱོད་དག་པ་སྤེལ་གཤམ་བཤགས་པ་སྤེལ་

我昨天到鄉間去 看見東邊一輛水車 西邊一輛水車 到處都是水車 那些農人們 滿身都淌着汗 在烈日下踏着水車那種艱苦愁悶的臉色是誰也畫不出來的 因為今年天旱 他們怕禾稻枯焦了 只得拼命戽水灌溉 也許連夜裏都不得安睡 我們終日坐在屋子裏 搖着扇子 吃着現成的飯 怎麼不覺着慚愧呢 我不由的唱了一首歌

烈日炎炎似火燒

野田禾稻半枯焦

農夫心內如湯煮

公子哥兒把扇搖

練習

動物吃植物是我們常見的 植物吃動物就很少見了
但是不能夠因為沒有見過 就說沒有 像廣東的豬籠草
就是會吃昆蟲的

做事情要能夠耐苦 要不怕難 沒有學不好的事 也沒
有人不能夠學 就是放牛的小孩 也會學成畫師

從前王冕放牛 看見雨後的荷花非常可愛 他就想畫幾
枝來看 以此引起了興趣 慢慢就學起畫來 後來成了
一個大畫家

སྐྱེས་ཅི་ལྟ་བུ་ལྟོ་མི་ཤེས། བཟང་ལ་འཕྲོད་པ་ཆེ
 དག་ཅིང་ཅི་ལྟ་བུ་ལྟོ་མི་ཤེས། མ་བས་མས་པ་འཁོལ་ཕྱེ་མ་བཟང་། གང་གི་ཐོག་ཏུ་ཅི་བས་ས་
 མི་ཤེས། མ་གྲུབ་བར་ཁ་པོ་མ་འདོད། སྐྱེས་ཅི་ལྟ་བུ་ལྟོ་མི་ཤེས། སྐྱེས་ཅི་ལྟ་བུ་ལྟོ་མི་ཤེས།
 ལ་ཡང་མ་ཐུང་། སྐྱེས་ཅི་ལྟ་བུ་ལྟོ་མི་ཤེས། སྐྱེས་ཅི་ལྟ་བུ་ལྟོ་མི་ཤེས། སྐྱེས་ཅི་ལྟ་བུ་ལྟོ་མི་ཤེས།
 ལ་ཡི་གཏེར་བ་ཡིན། རས་ཆོད་ཆོད་པོ་གཏེར་ལ་ཡང་མ་ཐུང་། བཟང་ལ་འཕྲོད་པ་ཆེ
 ཡིན། འབར་འབར་ལྟ་བུ་ལྟོ་མི་ཤེས། འཁོར་མ་ཐོག་མི་འདོད་པ་ཡིན། ཐོག་
 སྐྱེས་ཅི་ལྟ་བུ་ལྟོ་མི་ཤེས། ཞེས་བཞག་པ་ཡིན། བཟང་ལ་འཕྲོད་པ་ཆེ
 ཡང་མ་ཐུང་། སྐྱེས་ཅི་ལྟ་བུ་ལྟོ་མི་ཤེས། སྐྱེས་ཅི་ལྟ་བུ་ལྟོ་མི་ཤེས། སྐྱེས་ཅི་ལྟ་བུ་ལྟོ་མི་ཤེས།
 རས་ལ་ཡང་གཏེར་བ་ཡིན།

後班大師說 對惡人不可以預先責備 對善人不可預先
誇獎 因為不知道後來如何 沒有考慮 不可以隨便判
決 不知道究竟誰對 事未辦妥之前 不可以說大話 不
知道後來怎樣

對兒子不可以溺愛 後來難以管教 對怨家不可以瞋恨
後來招引報復 縱然是至親 也不可以太干涉 免得結成
仇怨 雖然對傭僕 也不可以太暴躁 恐怕無人服從
對屬下不可以太壓迫 恐怕他記恨 對朋友不可以太責
罰 令他傷心 世間惡法不可以教他 於自己也有損

གཞན་ཡང་། ལམ་ཐོག་ལ་ཡང་དག་མི་བྱུང་བས། བརྟག་པ་དེ་ཞེས་འཆང་། རྩོམ་སྒྲིག་

ཀྱིས་གཞན་མི་བྱུང་བས། བྱམས་པ་དེ་སེམས་ལ་ཞེས། རྩོམ་སྒྲིག་ཀྱིས་དག་མི་བྱུང་བས།

འདྲམ་སྒྲིག་ཀྱིས་ཆོད་། སེམས་ཆེ་ཡང་ནི་མི་སེམས་། སྒྲིག་སྒྲིག་པ་ཆོད་། གཏམ་

མགོ་འཛུགས་ཀྱིས་སྒྲིག་། གཏམ་གཞན་འཛུགས་པ་ཞེས། དགོས་དེ་ནི་ཡོད་པར་སྒྲིག་།

རན་པ་མཛེས་པ་འོད་ཀྱང་། སྒྲིག་སྒྲིག་སྒྲིག་ཀྱང་ཉེས་འདྲམ་ཆོད་པ་དང་། ཕྱག་སྐྱོ་

བྱམས་པ་ཡིན། བདག་པ་ཡིན་ཏན་ཡིན་ཀྱང་རང་འདོད་སྒྲིག་པ་དང་། བཅུག་ས་རིང་བ་

ཡིན། ཡིད་པ་རང་འདོད་ཡིད་ཀྱང་གཙོ་བོར་སྒྲིག་ཆོད་ཀྱིས་དང་། སྒྲིག་སྒྲིག་བཅུག་པ་ཡིན།

འདྲམ་སྒྲིག་ཀྱིས་ཆོད་ཀྱང་མཛེས་པ་འོད་ཀྱང་རང་གིས་བྱུང་། རང་ཆེར་འགྲོ་བ་ཡིན།

འདྲམ་སྒྲིག་ཀྱིས་ཆོད་ཀྱང་མཛེས་པ་འོད་ཀྱང་རང་གིས་བྱུང་། རང་ཆེར་འགྲོ་བ་ཡིན།

又說 利口不足以制服敵人 事情應當記在心裏 贊頌

不足以保持親故 應當心裏起慈愛 暴躁不能戰勝怨恨

徒失壞和氣 慳吝不能夠富裕 應當發大心去營求 說話

應當含笑在前 說完仍然應當含笑 說話當得其要點 適

宜和悅而說

子孫雖然可愛 有過也應當責罰 實在是慈悲 自己雖然有

功德 要除私欲 才能夠久遠 心裏縱然有私念 然而應

當以公事為主 像這樣才能夠廉潔 妻妾雖然長於家事

大事仍然應當自主 像這樣才能夠尊貴

གཞན་ཡང་། བཟང་པོ་ལ་བཀའ་རྒྱ་ཆ་མཆེ། བཟང་སྒྲིབ་ཐོན་པ་དེ་དག་ལ། འདུག་པ་ལྟར་

གསོད་མ་བྱེད། ཡིད་ལ་བཞག་པ་ཡིན། གོཾ་ཆོད་པ་ལ་བརྟེན་རམས། རེས་སྟེན་ཡིན།

གོཾ་མི་ཆོད་པ་ལ་སྒྲིབ་རམ་ཆེ། ཡི་མུག་སྟེན་ཡིན། འདུག་པ་དཔལ་ལྡན་ལྟར། ལྟར་

པོ་གྲོས་སུ་རམ་པ་ཞུགས། ཡུ་རུ་སྒྲིབ་པ་ལ་རམ་པ་ཞུགས། ལྟར་ཞུགས། ལྟར་ཞུགས།

ལ་བས་པ་རམ་པ་ལྟར་ལྟར། ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར། ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར། ལྟར་

ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར། ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར། ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར། ལྟར་

ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར། ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར། ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར། ལྟར་

ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར། ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར། ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར། ལྟར་

ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར། ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར། ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར། ལྟར་

又說 對於善人 不宜大敬難得真善 對於惡人 不可太毀
令他懷恨 事體做得不錯 不可以太加讚美 使他起希
求 事體沒有做好 也不可以過於呵責 令他憂悔 不
可以授權於惡人 議事不可以邀請癡人 上人不可以
在下位 不可以棄舊主 不可以求新主 不可以 捨棄
諸有德 不可以結仇眾領袖 對於貪愛財貨的 不可以
告知有錢 對於居心不良的 不可以真心相託 不是深知
不可問大事 對於好說話的 不可以告以心事 對於量
小的 不可以開玩笑 事情不實在 不可以強爭 事情不能
够辦 不可以承受 不可以做不能夠做的事 不可以勸不聽話的人

གཞན་ཡང་། མི་བསམས་སྤངས་སྤྱོད་པ་པར་གསལ་བ་ཡིན། སྤྱོད་པ་གཞི་བ། ཟེའི་

པ་པར་མངུ་ལ་བྱེད་པ་ཡིན། རྟོན་མེད་མ་སྤྱ། སྤངས་སྤྱོད་པ་རིམ་གྱི་དགོས་པ་ལོན་མཁོ་

པ་བྱེད་པ་ཡིན། ཡན་པོ་དུ་སྤྱོད་པ། སེམས་གུང་མི་གུང་རང་མགོ་ཐོན་མི་ཐོན་པ་བྱེད་པ་

ཡིན། རང་མགོ་ཐོན་པ་རྒྱུས། མི་ཆེད་ས་སྤྱོད་པ་ཐོང་ས་སྤྱོད་དགོས་པ་ཡིན། ཡང་པོ་

མ་ཆེ། ཡོན་ཏན་ལྟན་དུ་ས་སྤྱོད་པ་ཐོང་ས་སྤྱོད་དགོས་པ་ཡིན། དྲེགས་པ་དང་དྲེགས་པ་ཆེ།

ལྟར་མི་མངུ་ས་སྤྱོད་པ་ཐོང་ས་སྤྱོད་དགོས་པ་ཡིན། སྤྱོད་པ་གཞི་བ། ལེན་པ་མངུ་ས་སྤྱོད་པ་

མ་ཆེད་དགོས་པ་ཡིན། གང་ལ་ཡང་བྱེད་པ། གྲོས་ལེགས་དུ་ས་སྤྱོད་པ་ཐོང་ས་སྤྱོད་དགོས་པ་ཡིན།

ལྟར་ཆེད་མ་བྱེད། དཔོན་པོ་ལྟར་དུ་ས་སྤྱོད་པ་ཐོང་ས་སྤྱོད་དགོས་པ་ཡིན། ལྷོ་ཆེས་གྲིས།

༡ རྟོན་མེད་མ་སྤྱ རྟོན་མེད་མ་སྤྱ རྟོན་མེད་མ་སྤྱ

又說 行為令人愛惡 應當謹慎行為 言語能見淺深 無事

不可多言 智慧愚癡 在是否練達人情 應當加以深思 賢良

不肖 在是否能够自立 應當善為自立

地位高的時候 要捨棄高舉 不可以誇誕 比較才能的時候 要

捨棄矜傲 不可以驕慢 許多人敬重的時候 要能避讓行為

尤宜乎謹慎 眷屬眾多的時候 要能够重視人 愛護尤其宜乎

普及

諸事順心的時候 要能够知足 不可以盡力追求 為官居上

的時候 要捐除私欲 務必忠勤為公

ཡང་མང་པོ་མ་སྒྲུ། སྒྲུ་ཚད་སྐུ་མ་མ་སྒྲུ། དྲན་ཚད་ལག་ཏུ་མ་ལེན། ལེན་ཚད་མག་
 ཐོན་པར་གྱིས། དྲི་མ་ཚད་ཁས་མི་ལེན། སྒྲུང་མ་ཚད་ཐོན་ཏུ་མ་ལེན། ལག་མི་གཙང་ན་
 མི་སྒྲུང་མི་ཚུད་པ་ཡིན། མི་བཟུང་དུ་གྱིས། ཁམ་ངན་གྲོ་སྒྲུང་མི་ཚུད་པ་ཡིན།
 ཁམ་མང་། མི་གཞི་མི་ལེགས་ན་ཐུག་སྒྲུང་མི་ཚུད་པ་ཡིན། སྒྲུང་མི་ལེགས་ན་སྒྲུང་པ་ལི་
 སྒྲུང་མི་ཚུད་པ་ཡིན། སྒྲིག་པ་མི་འཛུགས་ན་ཚུལ་ལེགས་སྒྲུང་མི་ཚུད་པ་ཡིན། ཟེལ་པ་འཛུགས་
 པོར་མ་ཤོར་བ། སྒྲུ་བ་ཉལ་བ་སྒྲུ་གས་པར་མ་ཤོར་བ། སྒྲུ་ཚད་དུ་གྱུ་ཏུ་མ་ཤོར་བ།
 གས་པ་དུ་གྱུ་ཚུལ་མ་ཤོར་བ། སྒྲུ་བཟུང་དུ་གྱིག་པོར་མ་ཤོར་བ། དྲང་པོ་གཞི་ཟུང་མི་
 འདོན་པ། འཕྲད་མ་ཐག་ཏུ་ལོ་མ་མ་ཐེད། འདྲི་སྐུ་མ་ཐག་ཏུ་སྒྲུ་མ་གཏད། དག་པ་
 མ་ཐག་ཏུ་འཕྲུལ་མ་བསྒྲུན། སྒྲུ་མ་ཐག་ཏུ་པའི་ན་མ་བསྒྲུག་སྒྲུང་ས།

又說 不要多說話 話必須思索而後說 不要亂做事 做必須叫他成功 別人委託 不要輕於然諾 允諾不可以失信 手不乾淨 難預人數 應當學廉潔 話太多難預會眾 最宜於寡言 性情不良難以做官 不知道法難以為人師 對於罪惡不羞耻 不預修行之數 深奧不可以晦澀 寡言不要像愚騃 勇毅不可以強暴 精明不可以猜忌 正直不可以如矢 忠誠不可以露鋒 不可以見面便相知 不可以總交便深託 不可以微喜便歡笑 不可以畧怒便變色

練習

སྒྲུང་པོ་དང་དྲུང་པོ་ཡིན་ཏུ་བློ་ཡིན། གྲོན་པ་དང་མི་གྲུང་པ་གྲོན་ཡིན། གཞིན་ཡང་དག་ས་པ་ཆེན་
པོ་མ་བྱེད། དག་ཡང་སྒྲུང་པ་དྲུག་པོ་མ་བྱེད། དག་གཞིན་གཉིས་འགྲུང་ཕྱོག་ཆེ། ལ་
སང་དག་པོ་ཡིན་ཀྱང་དེ་རིང་གཞིན་དུ་འགྲུང་བ་ཡང་ཡོད། དེ་རིང་གཞིན་ཡིན་ཏུ་སང་ཉིན་དག་དུ་
འགྲུང་མི་འགྲུང་གི་ངེས་པ་མེད། ལྷ་ཡང་མ་ཐམས་ཅད་ཉིན་དག་དུ་མ་བྱེད། སྒྲུང་པ་བྱེད་
ནས་མས་ཅད་གཞིན་དུ་འགྲུང་། དེ་མ་བྱེད་འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་གཞིན་དུ་འགྲུང་མ་ཆུང་བའི་
སེམས་ཅན་དུ་གྱུར་ཆེད། འོན་ཀྱང་གཞིན་ཡང་མ་ཆགས། གཞིན་ཡང་དག་པ་ནས་
འོན་ཏེ་སྒྲུང་པ་ཡིན།

པོ་ཏྲ་བའི་ཐུང་པོ་། རྒྱུ་ལྡན་གྱི་འཇིག་རྟེན་དུ་སྤྲིན་ཅན་ཆོན་ཅན་གྱི་ཡུལ་དུ། དང་པོ་ནག་

བདུན་དུ་ནས་ཀྱི་ཆར་བབས། དེ་ནས་འབྲས་ཀྱི་ཆར་བབས། དེ་ནས་རིན་པོ་ཆའི་ཆར་བབས།

དེ་ནས་བྱེའོ་བྱི་ཆར་བབས་ནས་ཐམས་ཅད་ཆོག་། མཐར་འཁམས་ཅད་ཀྱི་ལན་མི་ཐམས་ཅད་

དུས་ཅིག་ལ་རྟག་པར་བྱས་སྟངས། དེ་པོ་ཏྲ་བའི་ཐུང་པོ་ཅིག་ལ། དེ་ལྟ་བུ་དེ་སྤྲིན་བཀའ་

བྱུང་བ་དེ་སྤྲིན་བཀའ་དག་ལ་ཐོས་སྤྱོད་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུ་ཟེར་བར་བྱས་ན་གི་མ་

ཐག་དཔྱད་པ་བར་འགྲོ་བའི་སྤྲུལ་སྡིན། དེ་ལྟ་བུ་ཅིག་གིས་སྤྲུལ་བྱས་དང་མཆོམས་མེད་ཀྱི་ལས་

སྤྲུལ་ཆོག་སྤྲུལ་པ་ཀྱང་། ཆོས་དྲིའི་ལོ་རྒྱུད་དེ་ཆོས་འགྲོ་བུ་དེ་ཡང་སྤྲིམ་པ་མཁར་མེད་དུ་འགྲོ་

བའི་རྟག་སྡིན་གསུང་།

三十九

博采瓦說 傳說從前印度有一個地方 盡是作重罪的人 那裏先下了七天麥 又下米 又下珍寶 後下熱砂 燒燃了一切 最後山都崩倒 同時壓死了一切人 像這樣一般造罪的人 現在反很快樂 那是令他趕快享完了前生行善的果報 死後便墮地獄的預兆

現在一般專門胡鬧和造無間業的人 反而財位增長 那也是後世當墮無間地獄的前兆

ཐུན་ཐོབ་པོ་དཔལ་ལུགས་མཆོད།

ཀུན་དང་གྲོམ་བྱེད་པ་རྒྱལ་པ་དང་ཕྱི་ཤག་ཉག་ཏམ་འཁོར་ཅན་

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥

कैठगद्दिस यत्न वर यत्न दत्त कुत्त वरिदगे वद्धे वृत्त लेखन

ཕུ་ཕུ་ཕུ་ཕུ་

དཔྱིད་རང་གི་ཡུལ་ཕྱོད་ལ་རེས་ཏེ་བཀའ་བློན་གསུམ་

ཁྱེད་རང་གི་ལྷ་ཐོང་ལ་

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय

དེའི་མཆོད་པོ་ལྟེན་པའི་མཆོད་པོ་ལྟེན་པའི་མཆོད་པོ་

དགོས་པ་སྟེ་ན་ན་རེ་ཚོགས་ཅིང་།

གཏོང་བུ་བར་བུ་སྒྲིམ།

ཕྱི་ཐག་པ་ནས་གཏོང་མི་ཡོད་པུས་པས་བསད་པ་གས་ཟེར་ངས།

ཨ་ཏི་ཤི་ཞེས་ནས་དགེ་བསྐྱེད་དེས་བྱ་བ་སྤྲོས་པ་ཡིན་གསུང་ནས་ཐུགས་དཔལ་མི་མངོད།

གསེད་མ་བུ་གི་ཐུག་པ་དཔམ་འདྲ་བར་

དཔལ་འཕེལ་པའི་ལུང་ལྟར་ལྟོག་པའི་ལུང་ལྟར་

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय

ཕྱི་ལོ་དང་ཕྱི་ལོ་ལྟ་བུར་ཡང་ཕྱི་ལོ་དང་ཕྱི་ལོ་

॥ वासुदेवार्चने नमो ॥

從前阿底峽尊者在西藏的時候 凡遇見印度人來 他便問 現在那裏有甚麼新聞 有一會 聽說有一個信佛的居士 被外道捉了去 對他說 現在你該棄了你的見解來 學我的見解 棄了你的三寶來 歸依我的天神 不然就把你殺死 居士說 嘴上可以棄捨 心裏不能棄捨 因此就被害了 阿底峽說 那個居士做了所應做的 我們無須惋惜他 要惋惜那個殺害他的外道 像這樣 我們因為知道了三寶的功德 皈依三寶以後 無論是遇到生命的危險 或者在戲笑的時候 都不應當棄捨三寶

ས་ཅིག་གིས་པང་བུ་སྒྲིལ་མཐུ་ལ་ཆད་མེད་ཅིང་། ཐུགས་ཇེ་པ་བསྐྱེལ་བ་མི་མང་ན།
 རྒྱ་བའདྲི་དག་ཅིར་ཕྱིར་ལོར་བ་ལས་སྒྲིལ་བར་མི་མང་དཔར་ལྟག་སྒྲིལ་ན། དཔེ་བཞུགས་
 མའི་འདྲེ་ཅེད་སྒྲིལ་སྒྲིལ་མེད་པར་ལྟག་ལ་བྱས་ཀྱང་། ཐུགས་ཐུགས་ཐུང་ལྟ་སྒྲིལ་མི་མང་
 མི་མི་དང་། དེ་ཅི་མའི་སྒྲིལ་མི་ན། ཐུགས་ཐུགས་སྒྲིལ་ཡིན། དཔེ་དཔེ་བཞུགས་སྒྲིལ་
 ཐུགས་ཐུགས་ཇེ་དང་བུ་སྒྲིལ་མཐུ་ལ་སྒྲིལ་སྒྲིལ་མེད་པ་ཉི་མ་ཆེན་པོ་དང་ལྟ་ཡང་། ལོག་པའི་
 ལམ་དུ་ཁག་སྒྲིལ་པའི་སྒྲིལ་མཐུ་ལ་ཐུགས་ཐུགས་ཇེ་དང་བུ་སྒྲིལ་མཐུ་ལ་ཐུགས་ཐུགས་ཇེ་
 དང་བུ་སྒྲིལ་མཐུ་ལ་ཐུགས་ཐུགས་ཇེ་དང་བུ་སྒྲིལ་མཐུ་ལ་ཐུགས་ཐུགས་ཇེ་དང་བུ་སྒྲིལ་མཐུ་ལ་
 ཉེ་མོ་དང་སྒྲིལ་པའི་སྒྲིལ་མཐུ་ལ་ཐུགས་ཐུགས་ཇེ་དང་བུ་སྒྲིལ་མཐུ་ལ་ཐུགས་ཐུགས་ཇེ་དང་བུ་
 བའི་ སྒྲིལ་མཐུ་ལ་ཐུགས་ཐུགས་ཇེ་དང་བུ་སྒྲིལ་མཐུ་ལ་ཐུགས་ཐུགས་ཇེ་དང་བུ་སྒྲིལ་མཐུ་ལ་
 ཉེ་མོ་དང་སྒྲིལ་པའི་སྒྲིལ་མཐུ་ལ་ཐུགས་ཐུགས་ཇེ་དང་བུ་སྒྲིལ་མཐུ་ལ་ཐུགས་ཐུགས་ཇེ་དང་བུ་

有人疑惑 佛要是有意量的能力 有不忘念的大悲為

甚麼不度這些眾生出生死呢 譬如太陽的光 雖然不分品類

的普照一切 但是朝北的山洞 卻不會晒到太陽 這不是

太陽不好 而是山洞的過失

像這樣 佛的大悲和能力 雖然像太陽一樣 不分品類

利益一切 但是 走上錯路的眾生 不能夠見佛得到度脫

這不是佛的慈悲和加持力薄弱的過失 而是眾生無明障重

煩惱業多的過失 像寂天說 雖經無數佛 悲愍利眾生

然我自罪障 未成所度境

དགོན་མཆོག་གསལ་ལ་ཡོན་ཏན་མང་པོ་ཅན་ཅེས་པའི་མཐོང་སྒྲུབ་ན། དཔེར་ན་དུས་ལོང་
གིས་ཉི་མ་མཐོང་བའོ། དུས་ལོང་རང་གི་སྒྲིན་ཡིན། ཉི་མ་ལ་མཐོང་བ་མེད་པའི་ཡོན་
ཏེ། མིག་ཅན་གྱིས་བལྟས་ན་ཤིང་ཟེར་དང་གཟི་བུ་ཤིང་ཆོད་མེད་པ་ཡོད་དོ། །དེ་ལྟོ་བཤུད་
ལྟ་བུ་ཅིག་སངས་ཀྱས་ཀྱིས་སྒྲུབ་པ་ཉི་མ་ལ་པར་བལྟ་བུ་དང་ཡུང་ཡུང་། སྐལ་མེད་ནམས་ཀྱིས་
དགོན་མཆོག་གསལ་ལ་ཡོན་ཏན་མཐོང་བའོ། སེམས་ཅན་རང་རེམ་རིག་པས་སྒྲིབས་པའི་
སྒྲིན་ཡིན་གྱི། དགོན་མཆོག་གསལ་ལ་ཡོན་ཏན་མེད་པའི་ཡོན་ཏེ། འཤེས་རབ་ཀྱི་མིག་དང་
ལྟ་བུ་ནམས་ཀྱིས་བལྟས་ན། དགོན་མཆོག་གི་ཡོན་ཏན་ཆོད་མེད་དོ། མདོ་ལས།
དེ་ལྟར་དུས་ལོང་ཉི་མ་མཐོང་ཡང་། །དེ་མེད་མ་ཡིན་པའི་ཉེན་ཀྱན་ལ་འཆར། །མིག་
དང་ལྟ་བུ་སྒྲུབ་པར་འཤེས་གྱུར་ན། །ཀྱན་གྱི་སྒྲོ་སྒྲོ་རང་གི་ལས་ལ་འཇུག །ཅེས་སོ།

有人疑惑 假如三寶真有功德 為甚麼看不見呢 譬如瞎子看不見太陽 這是瞎子自己的過失 不是沒有太陽可見 因為在明眼人看來 卻有無量的光明和威德 像這樣現在 雖然有遇見佛法 宛然像旭日一般 但是一般沒有善根的人 仍然看不見三寶的功德 這是眾生自己被無明障蔽的過失 不是三寶沒有功德 因為有慧眼的人 便可看見三寶無量的功德 像經上說 生盲不見日 然日照世間 有眼悉明見 能成諸事業

ཐོད་པ་ལ་རྟེན་གྱི་ལངས་ཀྱིས་དེ་ཡོད་པར་ཅིས་ཤེས་

དགོས་ཤེས་ཀྱིས་འོ་ན་ཐོད་ཀྱི་མེས་པོ་རྟེན་གྱི་ལངས་ཀྱིས་དེ་ཡོད་པར་ཅིས་ཤེས་གསུངས་པས།

ཞིན་པོ། དེ་ཀྱི་མེས་པོ་རྟེན་གྱི་ལངས་ཀྱིས་དེ་ཡོད་པར་ཅིས་ཤེས་གསུངས་པས། ཞིང་གིས་བྱས་པའི་

ཕྱག་རྒྱུ་དེ་དུང་ཡོད། ཞིང་མེད་ན་དེ་དུང་གང་ནས་འོང་བེད་པོ། དེ་དགོས་ཤེས་

ཀྱིས་ཀྱང། དེ་ཀྱི་ལངས་ཀྱིས་དེ་ཡོད་པར་སྐྱེས་པ་ལས་ཤེས། ལངས་ཀྱིས་དང་

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་འཕགས་པ་དེ་དུང་པོ་མ་དཔལ་ཀྱིས་མཛོད་པའི་མཛོད་རྟེན་དང་། ལྟོ

ལང་ལྟལ་སོགས་པའི་ཕྱག་རྒྱུ་དེ་དུང་ཡོད། ལངས་ཀྱིས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་དེ་ལས་པ་ལས་ཀྱིས་དེ་དུང་

ཆུང་ཆད་ཡོད་པའི་དེ་ཡོད། ལངས་ཀྱིས་མེད་ན་དེ་དུང་ལས་ཀྱིས་དེ་ཡོད་པར་ཅིས་ཤེས་གསུངས་པས།

དག་ཅོད་ཐོད་པའི་ཆེས་ལ། དགོན་མཛོད་ཀྱི་ཐོད་པའི་ཆེས་ཀྱིས་དེ་ཡོད་པར་ཅིས་ཤེས་གསུངས་པས།

བར་གྱི་

有個老者 是得古拏公的孫子 他向博朵瓦問道 怎麼知道佛是有呢 善知識反問他道 怎麼知道你祖父得古拏公是有呢 他說 我的祖父得古拏公 由于孫的傳統而知 他做的事跡 現在還有 他要沒有 怎麼會有我呢

善知識也對他說 我的佛是有 也由傳承的各位師尊而知 佛同菩薩以及諸聖阿羅漢所造的塔 廟 佛像等事跡 現在還有 現在這些僧人 都是佛的徒眾展轉傳下來的 要是沒有佛 怎麼會有我們呢 他因此也就信了

凡對於三寶起了疑惑和不信的時候 就可以把這些譬喻想一想

練習

དཔྱེག་ལྟེན་གྱིས་ཡིད་ཀྱིས་ལུས་ལ་འཇུག་པའི་ལྟ་བུ་རྒྱུ་ལྟར་མཆོད་ཀྱང་། ཁོམས་ཀྱིས་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་རྒྱུ་ལྟར་མཆོད་ཀྱང་།

འདྲེན་ལ། ཕྱི་མཆོད་ཀྱིས་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་རྒྱུ་ལྟར་མཆོད་ཀྱང་། དེ་བས་ཁོམས་ཀྱིས་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་རྒྱུ་ལྟར་མཆོད་ཀྱང་།

ཕལ་ཕལ་ཞིག་དཔྱེག་ལྟེན་གྱིས་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་རྒྱུ་ལྟར་མཆོད་ཀྱང་། དེ་བས་ཁོམས་ཀྱིས་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་རྒྱུ་ལྟར་མཆོད་ཀྱང་།

ཁོམས་ཀྱིས་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་རྒྱུ་ལྟར་མཆོད་ཀྱང་། ཁོམས་ཀྱིས་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་རྒྱུ་ལྟར་མཆོད་ཀྱང་།

དེ་བཞིན་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་རྒྱུ་ལྟར་མཆོད་ཀྱང་། དེ་བཞིན་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་རྒྱུ་ལྟར་མཆོད་ཀྱང་།

འདྲེན་ལ། ཕྱི་མཆོད་ཀྱིས་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་རྒྱུ་ལྟར་མཆོད་ཀྱང་། ཁོམས་ཀྱིས་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་རྒྱུ་ལྟར་མཆོད་ཀྱང་།

དེ་བཞིན་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་རྒྱུ་ལྟར་མཆོད་ཀྱང་། དེ་བཞིན་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་རྒྱུ་ལྟར་མཆོད་ཀྱང་།



COLUMBIA UNIVERSITY LIBRARIES



0065305752

中華民國二十九年 月

日初版

藏文讀本初稿 第 冊

編著者 釋法尊

釋印順

校訂者 喜饒嘉措

黃懺華

印刷者 漢藏教理院

此書
有著
作權

ལྷ་ས་ གྲོང་ ཁྱིམ་ རྒྱལ་ཁབ་ མིང་ རྒྱུ་མ་ འབྲི་ གྲགས་

拉 萨 市 民 政 局 用 笺

3v 1E2

১। হাউজিং, গ্যাস, বিদ্যুৎ, পরিবহন, স্বাস্থ্য, শিক্ষা
 ও অন্যান্য জনস্বার্থে প্রয়োজনীয় পদক্ষেপ
 গ্রহণ করা হবে।

$\langle 33, 50 \rangle$ 15, 23, 10, 14, 12, 11, 10, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1

8.142

